

Behandlungsrichtlinien in Zusammenarbeit mit
Chefarzt Dr. med. Michael Henkel
Klinik für Unfall- und Handchirurgie, Orthopädie

Platz für
Patientenaufkleber

Zur Vorlage bei Ihrem Hand-, Ergo- oder Physiotherapeuten!

Jede Woche 1x wöchentlich Sprechstunde

	1. Woche	2. Woche	3. Woche	4. Woche	5. Woche	6. Woche
Zone 1 	Wachübung mit Federzug: 5x stündlich aktive Streckung mit passiver Beugung (DIP) 	Passives Nachdrücken des DIP/PIP/MCP 	Übung mit Federzug 	Übung ohne Federzug 		
Zone 2 	Wachübung mit Federzug: 5x stündlich aktive Streckung mit passiver Beugung (PIP) 	Passives Nachdrücken des DIP/PIP/MCP 	Übung mit Federzug 	Übung ohne Federzug 		
Zone 3 	Wachübung mit Federzug: 5x stündlich aktive Streckung mit passiver Beugung MCP 	Fingergrundgelenke bewegen, passives Nachdrücken des DIP/PIP/MCP 	Übung mit Federzug 	Übung mit Federzug 		
Zone 4 	Wachübung mit Federzug: 5x stündlich aktive Streckung mit passiver Beugung + leichte Bewegung aus dem Handgelenk 	Handgelenk bewegen + im gebeugten Handgelenk passives Nachdrücken des DIP/PIP/MCP 	Übung mit Federzug 	Übung mit Federzug 		
Zone 5 	Wachübung mit Federzug: 5x stündlich aktive Streckung mit passiver Beugung 	Handgelenk bewegen + im gebeugten Handgelenk passives Nachdrücken des DIP/PIP/MCP 	Übung mit Federzug 	Übung mit Federzug 		



Übungen **NUR** mit
Handtherapeut,
Ergotherapeut oder
Physiotherapeut

**Eigenständige
Patientenübung**

**DIP (Distales
Interphalangealgelenk):
Endgelenk**

**PIP (Proximales
Interphalangealgelenk):
Mittelgelenk**

**MCP (Metacarpophalangealgelenk):
Gelenk zwischen
Mittelhandknochen
und der Fingerknöchel
(Grundgelenk)**

Die Zeichenerklärung finden Sie auf der Rückseite!

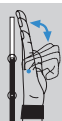
Behandlungsrichtlinien in Zusammenarbeit mit
Chefarzt Dr. med. Michael Henkel
Klinik für Unfall- und Handchirurgie, Orthopädie

Platz für
Patientenaufkleber

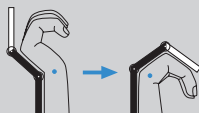
Zeichenerklärung



1. Schienengelenk auf 90° FIX
2. Übung mit Federzug



1. Edelstahlplatte (Fingeranschlag) gerade aufbiegen
2. Schienengelenk FIX
3. Übung mit Federzug



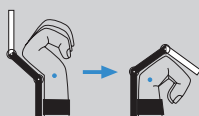
1. Schienengelenk öffnen ROM
2. Übung ohne Federzug



1. Edelstahlplatte (Fingeranschlag) aufbiegen
2. Schienengelenk öffnen ROM
3. Übung mit Federzug



1. Edelstahlplatte (Fingeranschlag) leicht aufbiegen
2. Schienengelenk öffnen ROM
3. Übung mit Federzug



1. Schienengelenk öffnen ROM
2. Übung mit Federzug